

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодёжной политики
Свердловской области
Муниципальный орган управления образованием
Управление образованием Тавдинского муниципального округа
МКОУ ООШ д. Ленино

УТВЕРЖДАЮ
приказом директора
МКОУ ООШ д. Ленино
№ 161 от 25.06. 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ЛАПТА»

для обучающихся 2-4 классов

д. Ленино, 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Модуль «Лапта» (далее - модуль по лапте, лапта) на уровне начального общего образования разработан с целью реализации содержания модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» по видам спорта федеральной рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» с учётом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств и методов обучения по различным видам спорта.

Русская лапта - одна из древнейших национальных спортивных игр. В настоящее время русская лапта является официальным видом спорта. Лаптой можно заниматься с дошкольного возраста и продолжать эту деятельность на протяжении многих лет жизни.

Лапта является универсальным средством физического воспитания и способствует гармоничному развитию, укреплению здоровья детей. В образовательном процессе средства лапты содействуют комплексному развитию у обучающихся всех физических качеств, комплексно влияют на органы и системы растущего организма ребенка, укрепляя и повышая их функциональный уровень.

Лапта выделяется среди других игровых видов спорта своей экономической доступностью. При проведении учебной и внеурочной деятельности не требуется больших средств на приобретение соответствующего оборудования и инвентаря. Эту игру можно организовать для мальчиков и девочек, как в зале, так и на открытом воздухе.

Регулярные занятия лаптой содействуют развитию личностных качеств обучающихся, формированию коллективизма, инициативности, решительности, развития морально-волевых качеств, а также способствует формированию комплекса психофизиологических свойств организма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Целью изучения модуля «Лапта» является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «лапта».

Задачами изучения модуля «Лапта» являются:

всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение безопасности на занятиях по лапте;

формирование общих представлений о лапте, ее истории развития, возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами вида спорта «лапта»;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудищества;

развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к учебному предмету «Физическая культура» средствами лапты;

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Модуль «Лапта» доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей, и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях.

Интеграция модуля по лапте поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, гимнастике, а также в освоении программ в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к сдаче норм ГТО и участию в спортивных

мероприятиях.

Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся в рамках реализации ООП НОО МКОУ ООШ д. Ленино в качестве третьего часа физической культуры (двигательной активности) обучающимся 2-4 классов предоставляется возможность посещения учебного курса внеурочной деятельности «Лапта». На учебный курс внеурочной деятельности «Лапта» отводится 102 часа: во 2, 3, 4 классах - по 34 часа в год, по 1 часу в неделю.

Содержание и результаты данных учебного курса внеурочной деятельности формируются на основе модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» федеральной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» (ФОП НОО) и с учётом возможностей МКОУ ООШ д. Ленино и включают в себя изучение популярных национальных видов спорта, подвижных игр и развлечений, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Знания о лапте.

История зарождения лапты. Современное состояние лапты в Российской Федерации.

Разновидности лапты. Основные понятия о спортивных сооружениях и инвентаре.

Правила безопасного поведения во время занятий лаптой.

Режим дня при занятиях лаптой. Правила личной гигиены во время занятий лаптой.

Способы самостоятельной деятельности.

Подвижные игры и правила их проведения. Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.

Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Дневник самонаблюдения.

Правила безопасного поведения во время соревнований по лапте в качестве зрителя, болельщика.

Подбор и составление комплексов общеразвивающих, специальных и имитационных упражнений для занятий лаптой.

Тестирование уровня физической подготовленности игроков в лапту.

Физическое совершенствование.

Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов и с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости).

Подвижные игры с элементами лапты: «Поймай лису», «Баскетбол с теннисным мячом», «Перестрелки» и другие.

Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту.

Учебные игры в лапту. Малые (упрощенные) игры в лапту. Участие в соревновательной деятельности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В результате изучения модуля «Лапта» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

проявление чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России через знание истории и современного состояния развития лапты;

проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, нравственного поведения, проявление положительных качеств личности, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, решение проблем в

процессе занятий лаптой;

понимание ценности здорового и безопасного образа жизни, усвоение правил безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях при занятии лаптой.

В результате изучения модуля «Лапта» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты:

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами лапты и составлять планы в рамках физкультурно-спортивной деятельности, выбирать успешную стратегию и тактику в различных ситуациях;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.

В результате изучения модуля «Лапта» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

понимание роли и значения занятий лаптой в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

знание правил проведения соревнований по лапте в учебной, соревновательной и досуговой деятельности;

освоение и демонстрация основных технических приемов в защите и нападении игры «лапта»;

умение подбирать, составлять и осваивать самостоятельно, при участии и помощи родителей простейшие комплексы общеразвивающих, специальных и имитационных упражнений для занятий лаптой;

соблюдение правил личной гигиены и ухода за спортивным инвентарем и оборудованием, правил подбора спортивной одежды и обуви для занятий по лапте;

умение осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой в процессе занятий лаптой, применять средства восстановления организма после физической нагрузки;

умение демонстрировать общеразвивающие специальные и имитационные упражнения для развития физических качеств, базовых технических приемов;

участие в соревновательной деятельности внутри школьных этапов различных соревнований, участие в соревнованиях по лапте;

знание и выполнение тестовых упражнений по физической подготовленности игроков в лапту.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Формы проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Рабочая программа воспитания
Знания о лапте. Физическое совершенствование – 7 часов					
1	Знания о лапте. История зарождения лапты. Подвижные игры	1	Беседа, работа в малых группах		формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа

2	Современное состояние лапты в Российской Федерации. Подвижные игры	1	Игра, работа в малых группах		жизни; воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности
3	Разновидности лапты. Подвижные игры	1	Игра, работа в малых группах		реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности; устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя
4	Основные понятия о спортивных сооружениях и инвентаре. Подвижные игры	1	Игра, работа в парах		
5	Правила безопасного поведения во время занятий лаптой. Подвижные игры	1	Игра, работа в малых группах		
6	Режим дня при занятиях лаптой. Подвижные игры	1	Игра, работа в парах		
7	Правила личной гигиены во время занятий лаптой. Подвижные игры	1	Игра, работа в парах		формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности
Способы самостоятельной деятельности - 6 часов					
8	Способы самостоятельной деятельности. Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Дневник самонаблюдения. Подвижные игры	1	Игра, работа в малых группах		реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности; воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности
9	Правила безопасного поведения во время соревнований по лапте в качестве зрителя, болельщика. Подвижные игры	1	Игра, работа в парах		

10	Правила безопасного поведения во время соревнований по лапте в качестве зрителя, болельщика. Подвижные игры	1	Игра, соревнование		формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; формировать
11	Тестирование уровня физической подготовленности игроков в лапту	1	Игра, работа в парах		понимание анализа техники физических упражнений, их освоение и выполнение
12	Тестирование уровня физической подготовленности игроков в лапту	1	Игра, соревнование		по показу; реализовывать воспитательные возможности в
13	Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, работа в парах		различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности
Физическое совершенствование – 21 час					
14	Физическое совершенствование. Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, работа в парах		формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию
15	Физическое совершенствование. Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, работа в парах		учащимися требований и просьб учителя

16	Физическое совершенствование. Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, работа в малых группах		
17	Физическое совершенствование. Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, работа в малых группах		формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности
18	Физическое совершенствование. Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, работа в малых группах		
19	Физическое совершенствование. Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, соревнование		

20	Физическое совершенствование. Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости)	1	Игра, работа в малых группах		
21	Подвижные игры с элементами лапты: "Поймай лису", "Баскетбол с теннисным мячом", "Перестрелки" и др.	1	Игра, соревнование		<p>формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни;</p> <p>формировать понимание анализа техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу;</p> <p>реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности</p>
22	Подвижные игры с элементами лапты: "Поймай лису", "Баскетбол с теннисным мячом", "Перестрелки" и др.	1	Игра, соревнование		
23	Подвижные игры с элементами лапты: "Поймай лису", "Баскетбол с теннисным мячом", "Перестрелки" и др.	1	Игра, соревнование		
24	Подвижные игры с элементами лапты: "Поймай лису", "Баскетбол с теннисным мячом", "Перестрелки" и др.	1	Игра, соревнование		
25	Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту	1	Игра, соревнование		
26	Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту	1	Игра, соревнование		
27	Учебные игры в лапту	1	Игра, соревнование		
28	Учебные игры в лапту	1	Игра, соревнование		формировать у обучающихся культуру

			ние		здорового и безопасного образа жизни; устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя; воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности
29	Учебные игры в лапту	1	Игра, соревнова ние		
30	Малые (упрощённые) игры в лапту	1	Игра, соревнова ние		
31	Малые (упрощённые) игры в лапту	1	Соревнов ание		
32	Малые (упрощённые) игры в лапту	1	Соревнов ание		
33	Участие в соревновательной деятельности	1	Соревнов ание		
34	Участие в соревновательной деятельности	1	Соревнов ание		